



Eichenblätter

In Deutschland spielt die Eiche eine besonders wichtige Rolle als Symbol der Stabilität.

In Mitteleuropa wächst vor allem die Stiel-Eiche und die Trauben-Eiche. Die meisten Eichenarten sind für die gleichen Heilanwendungen nutzbar. Die Eiche wächst bevorzugt in Mischwäldern.

Der stattliche Baum wird bis zu 40 Meter hoch und bis zu 800 Jahre alt, in selten Einzelfällen sogar noch älter.

Tee:

Junge Eichenblätter werden im Mai und Juni gesammelt und frisch verwendet.

Beim Trocknen der Blätter zuerst an einem zugigen Ort im Schatten vortrocknen und dann bis 40 C Nachrocknen, zerreiben und in Glasbehälter aufbewahren.

Dieser Tee stärkt das **Gedächtnis** und führt dem Organismus Kalk zu. Das hilft bei Alters-Osteoporose und bei Schwund des **festen Knochengewebes**.

Zubereitung:

1 EL Eichenblätter mit
1/4 Liter kochendem Wasser übergießen.
und dann 15 Minuten ziehen lassen und abseihen.

*Die Informationen hier können nicht den Besuch beim Arzt ersetzen.
Ziehe bei ernsthaften oder unklaren Beschwerden unbedingt deinen
Arzt oder Apotheker zu Rate!*